

La vacuna contra la gripe es la mejor manera de protegerse durante el embarazo.

Puede vacunarse contra la gripe en cualquier período durante su embarazo y en cualquier momento del año.

¿Dónde puedo vacunarme contra la gripe?

Puede hacer una cita a través de su:

- médico
- proveedor de atención de maternidad, como una partera
- farmacéutico participante, o
- Servicio Médico Aborigen.

Cómo pedir asistencia médica

Si los patrones de movimiento de su bebé cambian, contacte inmediatamente a su partera, médico o servicio local de maternidad. **No espere** al siguiente día para llamar.

Llame al triple cero (000) inmediatamente si tiene dificultad para respirar, desarrolla presión o dolor en el pecho, o tiene fuertes dolores de cabeza o mareos. Informe al personal de la ambulancia que está embarazada.

Para otros asuntos, llame a healthdirect al 1800 022 222 (gratuito y disponible 24/7).



Para más información, escanee el código QR o visite: health.nsw.gov.au/respiratory



May 2024 © NSW Health.
SHPN (HPNSW) 240340-13.



Protegiéndola a usted y a su bebé de la influenza (gripe)

Protecting you and your baby from influenza (flu)

Spanish

La influenza es grave, especialmente si está embarazada



¿Por qué debería vacunarme contra la gripe?

La vacuna contra la gripe es la mejor manera de protegerse de la influenza (gripe) y sus complicaciones durante el embarazo.

También ayuda a proteger a su bebé en los primeros 6 meses de vida, antes de que pueda recibir su propia vacuna contra la gripe.

Las mujeres embarazadas tienen más probabilidades de enfermarse gravemente de gripe. Esto puede ponerla a usted y a su bebé en riesgo de necesitar atención hospitalaria.

Los bebés menores de 6 meses tienen más probabilidades de ir al hospital con gripe que los niños mayores.

La vacuna contra la gripe es segura y efectiva para usted y su bebé.

Se recomienda que las personas que ve con frecuencia, como familiares y amigos cercanos, también se vacunen.

¿Cuáles son los síntomas de la gripe?

- Fiebre y escalofríos
- Tos
- Garganta irritada
- Secreción o congestión nasal
- Dolores musculares o articulares
- Dolores de cabeza
- Fatiga (sentirse muy cansada)

Los síntomas de la gripe pueden durar más de una semana. Si tiene síntomas, contacte a su médico o proveedor de atención materna, como una partera, de inmediato.

¿Qué sucede si me da gripe mientras estoy embarazada?

Incluso si está sana en general, cambios en la inmunidad, y funciones del corazón y los pulmones durante el embarazo aumentan su riesgo de enfermedad grave si le da gripe.

Hay tratamientos seguros disponibles durante el embarazo; por lo tanto, hable con su médico.

Se le recomienda:

- Beber mucho líquido
- Tomar paracetamol si se siente mal
- Moverse con frecuencia para reducir su riesgo de desarrollar coágulos de sangre, pues pueden ser más frecuentes durante el embarazo*

Otros pasos para estar segura:

- Quédese en casa si está enferma
- Cúbrase al toser y estornudar
- Lávese las manos frecuentemente
- Limpie las superficies que toca frecuentemente
- Evite el contacto con personas enfermas. Use una mascarilla si no puede mantener distancia física en espacios interiores llenos de gente

* la mayor probabilidad no es debida a la gripe sino a estar postrada en cama/ inmovilizada



Preguntas frecuentes

P: ¿Cuándo puedo vacunarme?

Puede vacunarse contra la gripe en cualquier momento de su embarazo.

P: ¿Es segura la vacuna contra la gripe?

Sí. La vacuna contra la gripe es segura tanto para usted como para su bebé. No hay evidencia de mayores riesgos para las mujeres o sus bebés cuando recibe la vacuna durante el embarazo. El Real Colegio de Obstetras y Ginecólogos de Australia y Nueva Zelanda (RANZCOG) recomienda firmemente que las mujeres embarazadas se vacunen contra la gripe para proteger tanto a la madre como al bebé.

P: ¿Cómo funciona la vacuna contra la gripe?

Luego de vacunarse, sus anticuerpos pasarán a su bebé en el útero.

P: ¿Puedo sufrir algún efecto secundario de la vacuna contra la gripe?

Podría tener efectos secundarios (side effects) leves. Estos incluyen fiebre baja, cansancio y dolores musculares. También es posible tener enrojecimiento e hinchazón en el lugar donde la aguja entró en su brazo.

P: ¿Puedo contraer la gripe al vacunarme?

No. La vacuna contra la gripe no contiene ningún virus vivo. Esto significa que la vacuna no puede darle gripe.

P: ¿Necesito vacunarme si tuve gripe el invierno pasado?

Sí. Cada año se desarrolla una vacuna contra la gripe nueva para proteger contra las cepas más comunes de gripe que se esperan para ese invierno. Recibir la vacuna contra la gripe todos los años le ayuda a protegerse.

P: ¿Puedo seguir amamantando si tengo gripe?

Sí, puede seguir amamantando si tiene gripe.

P: ¿Tengo que pagar por la vacuna contra la gripe?

No. La vacuna contra la gripe es gratuita, si bien algunos proveedores pueden cobrar honorarios de administración o consulta. Pregúntele a su médico, matrona o farmacéutico si esto se aplica a usted.